

Anja en Wim naar de marathon van Sevilla 2020



In het voorjaar van 2019 liepen Anja Meeus, Monique Reniers, Bart Van Nijlen, Mario Oris en Wim Verwaest de marathon van Barcelona.

Ziehier het relaas van Wim en Anja over de plannen die nadien werden gesmeed en wat ervan terecht gekomen is.

Plannen

Na de marathon van Barcelona in 2019 liet ik al snel een ballonnetje op voor een marathon in 2020 aan mijn medelopers van 2019.

Monique was serieus in dubio, zou ze haar tijd van vorig 2019 nog wel kunnen verbeteren?

Anja was direct enthousiast, Mario wou wel de trainingen doen maar zeker geen marathon wedstrijd meer lopen, begrijpen wie kan. Bart had ook wel interesse.

Naarmate het jaar 2019 vorderde werd er het een en ander duidelijk, Monique heeft een geldig excuus gevonden onder de noemer van een zwangerschap. Bart verkoos uiteindelijk voor enkele andere marathons.

Uiteindelijk schreven Anja en ondergetekende in voor de Marathon in Sevilla, de stad van Giralda, Plaza Espana, het Alcázar (koninklijk paleis). Slapen deden we niet samen, ook Franky en Rachel zouden meegaan in onze strijd van de mythische afstand.

Vliegtickets werden vroeg geboekt bij Ryanair tegen aanvaardbare prijzen.

Vertrekken deden we vanuit Eindhoven op vrijdag 21 februari omstreeks 21:00, tegen dat we het aankwamen op het appartement was het tegen middernacht. Snel het bed in voor de nodige nachtrust.

In Sevilla

Zaterdag met de taxi naar de expohallen voor het afhalen van de startnummer en spaghetti party. Op naar de supermarkt voor de nodige inkopen als laatste avondmaal en ontbijt op zondagochtend. Wat is het hier trouwens warm voor eind februari met een middagtemperatuur van 25 graden. Hopelijk gaat dit ons morgen niet zuur opbreken!! Zaterdagmiddag komen we bij een ander probleem uit. Het centrum van Sevilla bestaat uit een wirwar aan kleine straatjes, hoe gaan wij hier 's ochtends in het donker de weg naar de start vinden zonder iets van gps??? Taxi bellen lijkt ons geen slecht idee, zo gezegd zo gedaan.... dachten we :-). Wij spreken geen Spaans en de persoon aan de andere kant kon geen Engels of Frans, misschien sprak hij wel Nederlands dat hebben we vergeten te vragen... Volgend taxibedrijf bellen, beetje meer geluk. Deze mevrouw had al eens een Engelstalige film gezien want ze

verstond toch een klein beetje van Rachel haar uitleg. We zullen morgen zien of ze het effectief verstaan heeft.

Samen met Rachel en Franky rond de tafel om een bevoorradingsplan af te spreken. Ze zouden ons enkele malen kunnen zien met een paar korte verplaatsingen.



D-Day

Zondagochtend om 5h15 loopt de wekker af en begint het zenuwachtig toeleven naar de wedstrijd met als start een stevig ontbijt.

Bij beiden bestaat dit in 0,5 liter bietensap (een wijze man heeft ons ooit verteld dat dit goed is, ik hoop dat het waar is want echt lekker is dat niet he) met daarbij een stapel pannenkoeken voor de ene, de andere houdt het bij havermost...straks zal blijken wat de beste keuze was.

Omstreeks 7h15 was de taxi toch aanwezig en konden Anja en ik instappen, die chauffeur moet zeker gedacht hebben dat wij bij de favorieten behoorden, wie rijdt er anders met de taxi naar de start van een marathon slechts 2 km verderop ;-). Tijdig in het startvak en nabij de ballon van 3h30 plaats genomen, gewoon 3,5 uur deze persoon volgen en het is in de sjakosh.

Om 8h30 stipt op de tonen van AC/DC Highway to Hell komt de massa in beweging. De eerste kilometers lopen we ongeveer tegen 5 min/km, dit is het goede tempo dat we voor ogen hadden. Na 18 km besluit ik de ballon stillietjes te laten lopen want we lopen ondertussen tegen 4m50s/km. Wat voor mijn gevoel iets te snel is, Anja blijft wel de ballon volgen. Vanaf km 25 heb ik moeite om een gelletje en sportdrink binnen te krijgen (water lukt nog wel), mogelijk de warmte die begint parten te spelen!? Na 28 km heb ik niets meer van sportdrink of gelletje genomen, wat achteraf gezien veel te weinig is. Maar dit nemen we mee naar een volgende marathon.



Op 30 km kom ik terug bij Anja die even een dipje had en tijd nam voor eten en drinken, ze komt dit dipje vrij snel te boven en loopt terug weg van mij. Deze situatie herhaalt zich op km 35 maar daarna loopt ze steeds verder weg van mij (het voordeel gaat dus naar de pannenkoeken). Vanaf het 35 km punt kan ik nog maar tegen kleine 11 km/h lopen en is mijn enige bekommernis om op een relatief comfortabele manier te finishen.



Na 3h37m bereik ik de aankomst waar Anja al 5 minuten op mij staat te wachten (3h32m) voor ons beiden is dit een verbetering van ons record waardoor we toch content zijn van de geleverde prestatie. Tussen de massa op zoek naar onze supporters om samen terug richting ons appartement te waggelen, waar zijn de taxi's als je ze het meeste nodig hebt!!!



Na de douche en wat eten besluiten we om de stad in te trekken voor een terrasje en de verbruikte calorieën aan te vullen met heerlijke paella. Gelukkig hebben we nog 2 extra dagen voorzien om deze mooie stad te ontdekken met de nodige terrasjes en tapa's.

Over de marathon zelf: Op de website van de marathon in Sevilla staat dat het de vlakste marathon in Europa is, dit kan wel kloppen. Buiten 2 viaductjes was het overal vlak met brede wegen en mooie parcours. Voor supporters is het ook een gemakkelijk parcours, ze kunnen de lopers meerdere (5x) keren zien met verplaatsingen die te voet haalbaar zijn. Samengevat: ideaal parcours dus, daar heeft het dus niet aan gelegen :-). Bij de start om 8h30 was het 18 graden, omstreeks 10h was dit al 25 graden. Dit was natuurlijk minder ideaal om een marathon te lopen. Maar ook in Sevilla is dit niet de normale temperatuur in februari. We zullen de schuld op de klimaatopwarming steken, die is dat ondertussen gewend.

Anja Meeus
Wim Verwaest

Commentaar van de trainer: Prachtig gelopen en prachtig avontuur, maar kies volgend jaar toch een "koud-weer-marathon" zodat je een echt goeie tijd kan lopen!